

### 专题 20-2-3：“停课不听练”别走偏

大家好！抗疫情特殊时期，很多学校都提出了“停课不停练”的要求，但是，千万不可走偏，如何做不走偏呢？

确定“练什么”，关键是要有针对性。为不同学段、年级的学生确定居家锻炼内容，要先考虑学生需要练什么，而不是老师想让学生练什么。

规定“练多少”，关键是要有实效性。“停课不停练”重点是在练，无法按课来规定，最好能够保证天天练，可以把学校锻炼一小时在家来完成。

限定“怎么练”，关键是要有保障性。学生在家锻炼老师难以把控，需要家长配合发挥作用，也需学生自觉坚持运动，每日锻炼反馈有沟通。

“以人为本”定内容，“强身健体”时间明，“家校联合”方可行。

好了，就到这里，下周五再见。